



МЕНЮ
30 октября 2025 г.
Если 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ (вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная, крупа манная)	150	5,6	6,7	22,9	175	0,7
2008		БАТОН ПРОСТОЙ С МАСЛОМ (батон простой, масло сладко-сливочное несоленое)	40/8	2,4	6,7	14,8	129	0
к/к	к/к	КАКАО НА МОЛОКЕ (молоко пастер. 3,2% жирности, какао-порошок, сахар песок)	150	3,8	4,1	11,7	100	0,7
Итого			348	11,8	17,5	49,4	404	1,4
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ (йогурт 2,5% жирности)	96	2,7	2,4	4,3	55	0,7
Итого			96	2,7	2,4	4,3	55	0,7
Обед								
2012	56	РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, кури потрош. 1 категории, соль йодированная, картофель, огурцы соленые, сметана 15% жирности, крупа перловая)	150	5	6,1	16,6	147	6,9
2008	280	КОТЛЕТА РЫБНАЯ (рыба минтай неразделанный, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), батон простой, лук репчатый, соль йодированная)	35	9,6	3,1	5,2	86	0,3
2012	317	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности)	120	3,5	3,9	22,7	141	11
2008	406	КОМПОТ ИЗ КРАСНОЙ СМОРОДИНЫ (смородина красная, сахар песок)	145			11,6	47	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	37	2,5	0,3	15,8	76	0
Итого			487	20,6	13,4	71,9	497	18,2
Полдник								
2008		КРЕКЕР.КОНФЕТА (крекер, конфеты молочные)	35/26	0,7		21	87	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	155	0,1		5,1	21	0
Итого			216	0,8		26,1	108	0
Ужин								
2008	335	ВЕРМИШЕЛЬ В МОЛОКЕ (масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сахар песок, макаронные изделия высш.сорт, молоко пастер. 3,2% жирности)	150	5,2	5,9	18,1	148	0,7
2008		БЕЛЫЙ ХЛЕБ (батон простой)	20	1,6	0,2	9,8	48	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	155	0,1		5,1	21	0
Итого			325	6,9	6,1	33	217	0,7
Всего				42,8	39,4	184,7	1281	21

Повар _____



МЕНЮ
30 октября 2025 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ (молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, крупа манная, соль йодированная)	180	6,9	7,8	31,8	225	0,7
2008		БАТОН ПРОСТОЙ С МАСЛОМ (батон простой, масло сладко-сливочное несоленое)	40/8/30	3,2	6,7	19,6	152	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко пастер. 3,2% жирности, какао-порошок, сахар песок)	175	4,1	4,4	13,2	110	0,7
Итого			433	14,2	18,9	64,6	487	1,4
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ (йогурт 2,5% жирности)	96	2,7	2,4	4,3	55	0,7
Итого			96	2,7	2,4	4,3	55	0,7
Обед								
2008	76	РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (морковь, лук репчатый, вода питьевая, кури потрош. 1 категории, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, огурцы соленые, картофель, крупа перловая)	180	6	6,8	18,1	163	7,5
2012	321	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	120	4	4,3	25,6	157	12,2
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ (рыба минтай неразделанный, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), лук репчатый, батон простой, соль йодированная)	80	9,5	3	5,1	85	0,3
2008	401	КОМПОТ ИЗ КРАСНОЙ СМОРОДИНЫ (сахар песок, смородина красная)	180			13,6	54	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроуриентами)	47	3,2	0,4	20,3	98	0
Итого			607	22,7	14,5	82,7	557	20
Полдник								
2012	458	КРЕКЕР,КОНФЕТА (крекер, конфеты молочные)	35/26	0,7		21	87	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180	0,1		6,9	28	0
Итого			241	0,8		27,9	115	0
Ужин								
2008	335	ВЕРМИШЕЛЬ В МОЛОКЕ (масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сахар песок, макаронные изделия высш.сорт, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	6	7	22,9	179	0,7
2008		БЕЛЫЙ ХЛЕБ (батон простой)	20	1,6	0,2	9,8	48	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180	0,1		5	20	0
Итого			380	7,7	7,2	37,7	247	0,7
Всего				48,1	43	217,2	1461	22,8

Повар _____